



# Hesus

## ANG KALOOBAN NG AMA

Sr. Maria Cecilia  
M. Payawal, PDDM



**B**ilang isang guro ng Liturhiya sa mga paaralang pan-Teolohiya, nagugulat ako minsan kapag may mga estudyanteng lalapit sa akin at magpapasalamat sa mga ibinahagi ko sa kanila. Higit akong nagpapasalamat at natutuwa kapag may mga nagpapasalamat sa mga nagawa ko sa kanilang buhay, sa pamamagitan ng mga naituro ko. Pagkamangha ang dulot nito sa akin sa paniniwalang hindi ako ang nagpapahayag, kundi ang kapangyarihan ng Diyos na tumawag sa akin sa pamamagitan ng katauhan ni Kristo.

Sa ika-apat na Linggo sa karaniwang panahon, napapansin natin ang pangingibabaw ng tema: Paano maging PROPETA o tagapagpahayag ng Mabuting Balita? Sa Unang Pagbasa, nakikitang ipinahahayag ni Moises ang kanyang sarili bilang propetang magpapahayag sa darating na propeta. Sa mga salita ni Moises, mababatid natin ang mahalagang papel ng propeta. Sinabi niya “Siya ang pakinggan mo” (Dt 18:15). Samakatuwid, nararapat pakinggan ang isang propeta dahil siya ang “tagapagsalita ng Diyos.”

Sa Ebanghelyo maituturing ang propeta bilang may kapangyarihan: Si Hesus, ang Mesiyas. Noong isang Linggo,

narinig natin ang kanyang misyon bilang propeta: Magpahayag ng Mabuting Balita, Malapit na ang kaharian ng langit (Mc 1:15). Siya ang propeta na nagpahayag ng paghahari ng langit hindi lamang sa salita kundi sa gawa. Subalit hindi siya pangkaraniwang propeta dahil ang kanyang pagtuturo ay may kapangyarihan (Mc 1:27). Hindi lamang sa salita ang kanyang pagtuturo. Buhay ang kanyang mga pahayag sa kanyang mga gawa: pagpapagaling sa maysakit, pagpapagaling sa mga inaalihan ng mga demonyo, at pagbabalik

ng buhay sa namatay. Kamangha-mangha ang kanyang kapangyarihan! Kapangyarihang nagpapahayag at nagpapatunay na ang kanyang katauhan paghahari ng Diyos. Sa kanyang mukha, mababakas na malapit na nga ang langit.

Bibihira ang taong katulad ni Hesus. Maski ako, kahit siguro ano ang gawin kong pagsisikap at pagtuturo, hindi ko matutumbasan o matutularan ang kapangyarihan ng kanyang pagtuturo. Subalit naniniwala ako na sa pagkakaroon natin ng malalim na ugnayan kay Hesus, maaari nating masundan ang kanyang mga yapak, maaari nating maisa-loob sa ating mga

salita at gawa ang kapangyarihan ng kanyang pagtuturo. Sa kabila ng ating kahinaana’t mga pagkukulang, huwag sana tayong manghina sa pagsunod sa mga halimbawa ni Kristo bilang propeta. Ipahayag natin ang Mabuting Balita. Isabuhay natin ang paghahari ng Diyos, sa salita, sa gawa, sa ating isip, puso, at kalooban. Sa ganitong paraan, maaari nating maisakatuparan ang kapangyarihan ni Hesus na nabubuhay sa atin. Upang sa gayon, maipahayag din natin kasama ni San Pablo: “Hindi na ako nabubuhay, kundi si Kristo ang nabubuhay sa akin.” (Gal 2:20)

## PASIMULA

### Antipona sa Pagpasok

(Slm 106:47)

*(Basahin kung walang pambungad na awit)*

**Panginoon, 'yong iligtas at tipunin kaming lahat upang aming mailahad ang papuri naming wagas sa ngalan mong sadyang tanyag.**

### Pagbati

*(Gawin dito ang tanda ng krus)*

**P** – Ang pagpapala ng ating Panginoong Hesukristo, ang pag-ibig ng Diyos Ama, at ang pakikipagkaisa ng Espiritu Santo nawa'y sumainyong lahat.

**B** – At sumaiyo rin.

### Paunang Salita

*(Maaring basahin ito o isang katulad na pahayag)*

**P** – Ipinakikita sa Ebanghelyo si Hesus bilang isang dakilang propeta ng Diyos na nagtuturo nang may kapangyarihan. Maging ang mga masasamang espiritu ay nagpapatotoo kay Hesus bilang ang Banal na mula sa Diyos at sila'y sumusunod sa kanyang utos.

Ipinagdiriwang din natin ngayon ang **Pro-Life Sunday**. Inaanyayahan tayong higit na pangalagaan at ipagtanggol ang dignidad ng buhay ng tao. Dumalangin tayo sa Ama para sa adhikaing ito.

### Pagsisisi

**P** - Mga kapatid, aminin natin ang ating mga kasalanan upang tayo'y maging marapat gumanap sa banal na pagdiriwang. *(Tumahimik)*

**B** - Inaamin ko sa makapangyarihang Diyos at sa inyo, mga kapatid, na lubha akong nagkasala, *(dadagok sa dibdib)* sa isip, sa salita, sa gawa, at sa aking pagkukulang. Kaya isinasamo ko sa Mahal na Birheng Maria, sa lahat ng mga anghel at mga banal, at sa inyo, mga kapatid, na ako'y ipanalangin sa Panginoong ating Diyos.

**P** - Kaawaan tayo ng makapangyarihang Diyos, patawarin tayo sa ating mga kasalanan, at patnubayan tayo sa buhay na walang hanggan.

**B** - Amen.

**P** - Panginoon, kaawaan mo kami.

**B** - Panginoon, kaawaan mo kami.

**P** - Kristo, kaawaan mo kami.

**B** - Kristo, kaawaan mo kami.

**P** - Panginoon, kaawaan mo kami.

**B** - Panginoon, kaawaan mo kami.

### Gloria

**Papuri sa Diyos sa kaitaasan at sa lupa'y kapayapaan sa mga taong kinalulugdan niya. Pinupuri ka namin, dinarantal ka namin, sinasamba ka namin, ipinagbubunyi ka namin, pinasasalamatan ka namin dahil sa dakila mong angking kapurihan. Panginoong Diyos, Hari ng langit, Diyos Amang makapangyarihan sa lahat. Panginoong Hesukristo, Bugtong na Anak, Panginoong Diyos, Kordero ng Diyos, Anak ng Ama. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, maawa ka sa amin. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, tanggapin mo ang aming kahilingan. Ikaw na naluluklok sa kanan ng Ama, maawa ka sa amin. Sapagkat ikaw lamang ang banal, ikaw lamang ang Panginoon, ikaw lamang, O Hesukristo, ang Kataastaasan, kasama ng Espiritu Santo sa kadakilaan ng Diyos Ama. Amen.**

### Pambungad na Panalangin

**P** – Manalangin tayo. *(Tumahimik)*

Ama naming makapangyarihan, ipagkaloob mong kami'y makasamba sa iyo nang may loobing taimtim na totoo at kami rin nawa'y magmahal sa aming kapwa tao nang may damdaming ibinubunsod ng iyong Espiritu sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

### PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS



**Unang Pagbasa** (Dt 18:15–20)  
*(Umupo)*

*Si Moises ang unang propeta at mambabatas ng Israel subalit ipinahayag niya na balang araw, isusugo ng Diyos ang propetang higit pa sa kanya. Natupad ang pahayag na ito sa pagdating ni Hesus.*

### Pagbasa mula sa aklat ng Deuteronomio

SINABI ni Moises sa mga tao: “Mula sa inyo, pipili ang Panginoon ng propetang tulad ko, siya ang inyong pakikinggan.

Ito'y katugunan sa hiling ninyo sa Panginoon nang kayo'y nagkatipon sa Horeb. Ang sabi ninyo, ‘Huwag mo nang iparinig uli sa amin ang ting ng Panginoon ni ipakita pa ang kakilakilabot na apoy na ito pagkat tiyak na mamamatay kami.’ Sinabi naman niya sa akin, ‘Tama ang sabi nila, kaya pipili ako ng propetang tulad mo. Sa kanya ko ipasasabi ang ibig kong sabihin sa kanila. Sinumang hindi makinig sa kanya ay mananagot sa akin. Ngunit tiyak na mamamatay ang propetang mangangahas magsalita sa pangalan ko nang hindi ko pinahihintulutan o magsalita sa pangalan ng alinmang diyus-diyusan.”

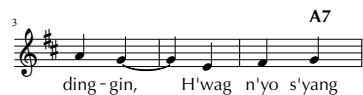
— Ang Salita ng Diyos.

**B** – Salamat sa Diyos.

### Salmong Tugunan (Slm 95)

**T** – Panginoon'y inyong dinggin, huwag n'yo s'yang salungatin.

Amante



1. Tayo ay lumapit sa 'ting Panginoon,/ siya ay awitan,/ ating papurihan/ ang batong kublihan nati't kalakasan./ Tayo ay lumapit,/ sa kanyang harapan na may pasalamat,/ siya ay purihin,/ ng mga awiting may tuwa at galak (T)

2. Tayo ay lumapit,/ sa kanya'y sumamba at magbigay-galang,/ lumuhod sa harap/ nitong Panginoong sa ati'y lumalang./ Siya ang ating Diyos,/ tayo ay kalinga niyang mga hirang,/ mga tupa tayong inaalagaan. (T)

3. Ang kanyang salita ay ating pakinggan:/ “Iyang inyong puso'y huwag patigasina/ tulad ng ginawa ng inyong magulang/ nang nasa Meriba, sa ilang ng Masa./ Ako ay tinukso't doon ay sinubok ng inyong magulang,/ bagamat nakita ang aking ginawa sila'ng nakinabang.” (T)

## **Ikalawang Pagbasa** (1 Cor 7:32–35)

*Bagamat malaya ang lahat na maglingkod ayon sa kanyang katayuan sa buhay, naniniwala si San Pablo na higit na malayang makapaglilingkod sa Panginoon ang Kristiyanong walang asawa.*

### **Pagbasa mula sa unang sulat ni Apostol San Pablo sa mga taga-Corinto**

MGA KAPATID: Ibig ko kayong malayo sa mga alalahanin sa buhay. Ang pinagsusumakitan ng lalaking walang asawa ay ang mga gawain ukol sa Panginoon, sapagkat ibig niyang maging kalugud-lugod sa Panginoon. Ngunit ang pinagsusumakitan ng lalaking may asawa ay ang mga bagay ng sanlibutang ito, sapagkat ibig niyang makapagbigay-lugod sa kanyang asawa. Dahil dito’y hati ang kanyang pagmamalasakit. Gayun din naman, ang pinagsisikapan ng dalaga o babaing walang asawa ay ang mga bagay na ukol sa Panginoon sapagkat ibig niyang maitalaga nang lubusan ang sarili sa paglilingkod sa Panginoon. Subalit ang iniintindi ng babaing may-asawa ay ang mga bagay ng sanlibutang ito sapagkat ibig niyang makapagbigay-lugod sa kanyang asawa. Sinasabi ko ito upang tulungan kayo. Hindi ko kayo hinihigpitan; ang ibig ko’y madala kayo sa maayos na pamuhay, at nang lubusan kayong makapaglingkod sa Panginoon.

— Ang Salita ng Diyos.

### **B – Salamat sa Diyos.**

### **Aleluya (Mt 4:16) (Tumayo)**

**B – Aleluya! Aleluya! Bayang nasa kadiliman sa lilim ng kamatayan ngayo’y naliliwanagan! Aleluya! Aleluya!**

### **Mabuting Balita (Mc 1:21–28)**

**P** – Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Marcos  
**B – Papuri sa iyo, Panginoon.**

NOONG panahong iyon, si Hesus at ang mga alagad ay nagpunta sa Capernaum. Nang sumunod na Araw ng Pamamahinga ay pumasok si Hesus sa sinagoga at nagturo. Namangha ang mga tao

sapagkat nagturo siya sa kanila na parang isang may kapangyarihan, at hindi tulad ng mga eskriba.

Bigla namang pumasok sa sinagoga ang isang lalaking inaalihan ng masamang espiritu, at sumigaw: “Ano ang pakialam mo sa amin, Hesus na taga-Nazaret? Naparito ka ba upang puksain kami? Kilala kita: ikaw ang Banal na mula sa Diyos!” Ngunit iniutos ni Hesus sa masamang espiritu, “Tumahimik ka! Lumabas ka sa kanya!” Pinapangisay ng masamang espiritu ang tao, at sumisigaw na lumabas. Nanggilalas ang lahat, kaya’t sila’y nagtanungan, “Ano ito? Bagong aral? Nauutusan niya pati ang masasamang espiritu. At sinusunod naman siya!” At mabilis na kumalat sa buong Galilea ang balita tungkol kay Hesus.

— Ang Mabuting Balita ng Panginoon.

### **B – Pinupuri ka namin, Panginoong Hesukristo.**

### **Homiliya (Umupo)**

### **Pagpapahayag ng Pananampalataya (Tumayo)**

**B – Sumasampalataya ako sa Diyos Amang makapangyarihan sa lahat, na may gawa ng langit at lupa.**

**Sumasampalataya ako kay Hesukristo, iisang Anak ng Diyos, Panginoon nating lahat. Nagkatawang-tao siya lalang ng Espiritu Santo, ipinanganak ni Santa Mariang Birhen. Pinag-pakasakit ni Poncio Pilato, ipinako sa krus, namatay, inililing. Nanaog sa kinaroroonan ng mga yumao. Nang may ikatlong araw nabuhay na mag-uli. Umakyat sa langit. Naluluklok sa kanan ng Diyos Amang makapangyarihan sa lahat. Doon magmumulang paririto at huhukom sa nangabubuhay at nangamatay na tao.**

**Sumasampalataya naman ako sa Diyos Espiritu Santo, sa banal na Simbahang Katolika, sa kasamahan ng mga banal, sa kapatawaran ng mga kasalanan, sa pagkabuhay na muli ng nangamatay na tao, at sa buhay na walang hanggan. Amen.**

### **Panalangin ng Bayan**

**P** – Dumalangin tayo sa Diyos Ama na bigyan tayo ng panibagong buhay kay Kristo, ang Salitang nagkatawang-tao na siyang dumating upang magpagaling, magpatawad, at ialay ang kanyang buhay para sa lahat. Taimtim tayong manalangin:

### **T – Panginoon, dinggin mo ang aming panalangin.**

**L** – Patuloy nawang manguna ang Santo Papa, mga obispo, mga pari, mga diyakono, at mga relihiyoso sa pagpapalaganap ng Salita ng Diyos sa pamamagitan ng taimtim na pagbabasa at pagsasabuhay nito. Manalangin tayo: **(T)**

**L** – Makinig nawa ang mga namumuno sa pamahalaan at sandatahang lakas sa Salita ng Diyos at itaguyod ito sa kanilang pagtatanggol ng buhay ng bawat mamamayan, lalo na ang mga walang tinig at inaapi. Manalangin tayo: **(T)**

**L** – Pahalagahan nawa ng kabataan ang kanilang oras at buhay at gugulin nawa nila ang kanilang mga malayang sandali sa pakikinig, pagbabasa at pagbabahagi ng Salita ng Diyos. Manalangin tayo: **(T)**

**L** – Magdulot nawa ang Salita ng Diyos ng lakas at pag-asa sa mga nagdadalamhati, mga dukha, mga maysakit at may kapansanan, at ang iba pang mga nagdurusa. Manalangin tayo: **(T)**

**L** – Makarating nawa sa buhay na walang hanggan ang mga kapatid naming pumanaw na. Manalangin tayo: **(T)**

**L** – Sa ilang sandali ng katahimikan, amin ding ipinapanalangin ang iba pang mga pangangailangan ng aming pamayanan pati na rin ang aming pansariling mga kahilingan (*Tumahimik*). Manalangin tayo: **(T)**

**P** – Mapagmahal na Ama, dinggin mo ang iyong bayan. Bigyan mo kami ng lakas at tapang na tanggapin ang iyong paanyayang ipahayag ang paghahari mo sa pamamagitan ng aming salita at mga gawa alang-alang kay Kristong aming Panginoon.

### **B – Amen.**





Paghahain ng Alay (*Tumayo*)

**P** – Manalangin kayo...

**B** – Tanggapin nawa ng Panginoon itong paghahain sa iyong mga kamay sa kapurihan niya at karangalan sa ating kapakinabangan at sa buong Sambayanan niyang banal.

**Panalangin ukol sa mga Alay**

**P** – Ama naming Lumikha, ang mga alay na ngayo’y aming inihahanda sa hapag na ito na iyong dambana ay iyong tanggapin at gawaran ng pagpapala upang mapagsaluhan namin ang kaligtasan mong ginawa sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

**Prepasyo** (Karaniwan IV)

**P** – Sumainyo ang Panginoon.

**B** – At sumaiyo rin.

**P** – Itaas sa Diyos ang inyong puso at diwa.

**B** – Itinaas na namin sa Panginoon.

**P** – Pasalamat natin ang Panginoong ating Diyos.

**B** – Marapat na siya ay pasalamat.

**P** – Ama naming makapangyarihan, tunay ngang marapat na ikaw ay aming pasalamat sa pamamagitan ni Hesukristo na aming Panginoon.

Siya ay naging kapwa naming maaasahan upang may manganang umako sa pananagutan dahil hangad mong magbago ang kinamihansang pagkakanyakanya ng sangkatauhan. Bunga ng pagtititis, siya ay nanaig at ang kamatayan ay kanyang nalupig kaya’t siya ang aming Daan para aming masapit ang iyong tapat at maaasahang pag-ibig.

Kaya kaisa ng mga anghel na nagsisiawit ng papuri sa iyo nang walang humpay sa kalangitan, kami’y nagbubunyi sa iyong kadakilaan:

**B** – Santo, Santo, Santo Panginoong Diyos ng mga hukbo! Napupuno ang langit at lupa ng kadakilaan mo! Osana sa kaitaasan! Pinagpala ang naparirito sa ngalan ng Panginoon! Osana sa kaitaasan! (*Lumuhod*)

**Pagbubunyi** (*Tumayo*)



**SAMBUHAY MISSION APPEAL**

*Be a mission partner for Sambuhay!*



Sambuhay Misalette and Sambuhay TV now offer you a chance to reach its nearly a million readers and viewers. We share our “sacred space” for

- Vocation promotions
- Invitations from Catholic communities and other groups
- Announcements for special programs and activities
- Local and international pilgrimages
- Other church and faith-based matters

MEDIUM	DURATION	AD RATE
Sambuhay Sunday Misalette (English or Filipino)	1 SUNDAY	P 4,000
Sambuhay Sunday Misalette (Hiligaynon)	1 SUNDAY	P 1,500
Sambuhay First Friday	1 FRIDAY	P 2,000
Sambuhay Sunday Misalette (English or Filipino)	8 SUNDAYS (2 months)	P 25,000
Sambuhay TV	1 EPISODE	P 5,000

**Contact details**

88959701 to 04 loc. 607 88953416

sambuhay.missalette@gmail.com marketing@stpauls.ph

Facebook.com/sambuhaymisalettePH Facebook.com/sambuhay.missalette

**B** – Aming ipinahahayag na namatay ang iyong Anak, nabuhay bilang Mesiyas, at magbabalik sa wakas para mahayag sa lahat.

**PAKIKINABANG**

**Ama Namin**

**B** - Ama namin...

**P** – Hinihiling naming...

**B** – Sapagkat iyo ang kaharian at ang kapangyarihan at ang kapurihan magpakailanman! Amen.

**Pagbati ng Kapayapaan**

**Paanyaya sa Pakikinaabang** (*Lumuhod*)

**P** – Ito ang Kordero ng Diyos. Ito ang nag-aalis ng kasalanan ng sanlibutan. Mapalad ang mga inaanyayahan sa kanyang piging.

**B** – Panginoon, hindi ako karapat-dapat na magpatuloy sa iyo ngunit sa isang salita mo lamang ay gagaling na ako.

**Antipona sa Komunyong** (Slm 31:16–17)

**Ang mukha mong maawai’y pasinagin mo sa amin. Kami ay iyong kupkupin at huwag mong siphayu in ang hiling nami’t dalangin.**

**Panalangin Pagkapakinabang** (*Tumayo*)

**P** – Manalangin tayo. (*Tumahimik*)  
Ama naming mapagmahal, kaming nagsipakinabang sa

pinging ng aming kinamtang kaligtasan ay humihiling na iyong bigyang-kaunlaran sa pananampalatayang wagas kailanman sa tulong ng panubos na ngayo’y iyong bigay sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** - Amen.

**PAGTATAPOS**

**P** - Sumainyo ang Panginoon.

**B** - At sumaiyo rin.

**Pagbabasbas**

**P** – Yumuko kayo’t hingin ang biyaya ng Diyos. (*Tumahimik*)

Ama naming mapagpala, basbasan mo ng tibay ng kalooban ang iyong sambayanan upang mamalaging tapat sa pagsunod sa iyo at maligayang magkamit ng pagmamahal mo sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

**P** – Pagpalain kayo ng makapangyarihang Diyos, Ama at Anak (+) at Espiritu Santo.

**B** – Amen.

**Pangwakas**

**P** - Tapos na ang Banal na Misa. Humayo kayong taglay ang kapayapaan upang ang Panginoon ay mahal in at paglingkuran.

**B** - Salamat sa Diyos.